

GoniecPolski.nl

NR 33 ISSN 2212-8352

e-mail: redakcja@goniecpolanski.nl

www.GoniecPolski.nl

4 CZERWCA 2013

Ukazujemy się
w sieci gazet
bezpłatnych
EXTRA

W NUMERZE

Strzeż się, dłużniku!



Strona 2

Tajemnicze zabójstwo



Strona 5

Afera mięsna



Strona 8



tablica.nl

Bezpłatny serwis ogłoszeń
dla Polaków w Holandii

Protesty przeciwko podwyżkom

Z dniem 1 lipca 2013 roku wchodzi w życie nowe prawodawstwo wprowadzające podwyżki czynszu uzależnione od dochodów osoby najmujecej.

O zmianach w ustawie mieszkaniowej mówiono już od kilku miesięcy. Przeciwno takiemu rozwiązaniu wpłynęło już więcej niż 2,5 tysiąca skarg od lokatorów. Składanie zażaleń umożliwiono obywatelom poprzez założenie specjalnej linii skarg i wniosków.

Naturalnie, w dobie ciągle trwającego kryzysu, mieszkańcy miast boją się o stabilizację finansową – zarobki są niepewne, stąd sprzeciw. Największe obawy i wątpliwości budzi fakt, iż forma naliczania czynszu jest zbyt uogólniona i nie uwzględnia sytuacji życiowej lokatorów ani ich problemów, takich jak brak stabilności finansowej właśnie.

DOKOŃCZENIE NA STR. 2



FOT. STOCK. XCHNG / MICHAEL & CHRISTA RICHERT

Reklama



**ZAPRASZAMY DO NASZYCH BIUR
W DEN HAAG, TILBURGU I ARNHEM**

WIĘCEJ NA OSTATNIEJ STRONIE

*Zamieść swoje ogłoszenie
bezpłatnie na naszej stronie*

*lub wyślij sms z treścią ogłoszenia na numer
0031 (0) 686 127 604, a my zrobimy to za Ciebie*

www.GoniecPolski.nl

Protesty przeciwko podwyżkom

DOKOŃCZENIE ZE STR. 1

Podobnie jak w innych krajach Unii Europejskiej, także i w Holandii coraz trudniej o gwarancję zatrudnienia, stąd ciągle rosnąca liczba wniosków o przydzielenie z puli mieszkania socjalnego.

Dodatkowo Belastingdienst nie w każdym przypadku posiada aktualne informacje o dochodach danej osoby. Często inkomen są szacowane, zamiast być oparte na aktualnych danych, co najbardziej może dotknąć osoby pobierające WW-uitkering (czyli zasiłek dla bezrobotnych), emerytów

czy przewlekłe chorych, pobierających zasiłki chorobowe, czyli tak naprawdę może dotyczyć osób o najniższych dochodach i w najtrudniejszej sytuacji finansowej.

Intencją władz jest, by mieszkania socjalne nie były wynajmowane lokatorom z wysokimi dochodami, jednakże nieaktualne dane o zarobkach mogą powodować falę błędnych, zbyt wysokich naliczeń. Dodatkowym minusem nowego ustawodawstwa jest poważna wątpliwość co do poufności danych o dochodach, które mogą popaść w niepowołane ręce.

BIANKA AVIDAN



FOT. STOCK. XCHNG / MIROSLAV SÁRIČKA

Belastingdienst

Kwitantie

Aan

U heeft het volgende bedrag aan mij betaald

€

Bedrag in letters

Dit bedrag wordt in mindering gebracht op de schuld van

Hieronder vindt u een overzicht van de belastingaanslagen/-beschikkingen of premienota's die u heeft betaald. Voor deze schuld zijn dwangbevelen uitgevaardigd door

Betaalde schuld

Nummer	Hoofdsom	Kosten	Rente	Totaal
	€ 	€ 	€	€
	€	€	€	€
	€	€	€	€
	€	€	€	€
	€	€	€	€
	€	€	€	€
	€	€	€	€
	€	€	€	€
	€	€	€	€
			Kosten kwitantie	€
			Totaal	€

Ondertekening

Voor- en achternaam
belastingdeurwaarder

Plaats

Handtekening

Datum

Ruimte voor de Belastingdienst

Nummer van deze kwitantie

Stempel

Belastingdienst

Belastingdeurwaarder

tel. 06-

email@belastingdienst.nl

Strzeż się, dłużniku!

Masz długi w holenderskim urzędzie skarbowym? Nie myśl, że uda Ci się uniknąć ich spłaty. Wielokrotnie już pisaliśmy, że Belastingdienst wprowadza odpowiednie procedury, by ograniczyć pomyłkowe, nienależne dodatki.

Jednak nie da się ukryć, że nieprawidłowo wypłacone podatnikom pieniądze za wcześniejsze lata, nie zostały przez nich oddane. Osoby zameldowane w Holandii mogą z tytułu długów w urzędzie mieć zainka-

sowane część wynagrodzenia. Nie jesteś zameldowany? Nie myśl, że spłata długu Cię ominie. Holendrzy zaczęli kontrolować na terenie Holandii polskie busy wracające do Polski. Jeśli podróżuje nimi dłużnik urzędu skarbowego, musi dług wrzucić w całości gotówką, w przeciwnym razie zostaje zatrzymany. Po zapłacie dłużnik otrzymuje potwierdzenie zapłaty jak we wzorze obok (Rys. 1).

(RED.)

ARTYKUŁ POWSTAŁ
PRZY WSPÓŁPRACY
Z KANCELARIĄ PODATKOWĄ MGR
ANNA KŁOSOWSKA
WWW.ROZLICZSIE.PL



FOT. STOCK. XCHNG / JACLYN TWIDWELL

Lycamobile

Call the world for less

Dodaj polski numer na twoją holenderską Lycamobile SIM. Aby otrzymać twój polski numer, wyślij sms o treści pol 48 pod nr: 1200 lub zadzwoń: 020 754 3030. Mówimy po polsku!



Teraz Twoja rodzina i przyjaciele z Polski mogą dzwonić na Twój polski numer kiedy jesteś w Holandii i zapłacą za połączenie tak, jakby dzwonili do Ciebie w Polsce.

I  Poland

Po darmową Lycamobile SIM odwiedź www.lycamobile.nl lub zadzwoń 020 754 3030 (mówimy po polsku)



Krzysztofek: same technologie nie zmieniają społeczeństwa

Internet i komórki to narzędzia, które wspomagają postęp cywilizacyjny, ale go nie tworzą. Korzyści z technologii zależą od poziomu wykształcenia – mówi PAP prof. Kazimierz Krzysztofek socjolog internetu ze Szkoły Wyższej Psychologii Społecznej w Warszawie.

PAP: Czy w Polsce mamy społeczeństwo informacyjne?

PROFESOR KAZIMIERZ KRZYSZTOFEK: Polska jest w Europie dość szczególnym przypadkiem. Należeliśmy do obszarów najbardziej zaco-

fanych w Europie. Przejawiało się to np. w poziomie rozwoju usług telekomunikacyjnych. Takim granicznym momentem był rok 2006, w którym powstał portal społecznościowy Nasza Klasa. To było ważne wydarzenie, jeśli chodzi o kulturę uczestnictwa Polaków w społeczeństwie informacyjno – sieciowym. W ciągu kilku lat zarejestrowało się na nim kilkanaście milionów ludzi (w 2010 roku na portalu Nasza Klasa było 14 mln aktywnych kont; później portal stracił na popularności na rzecz Facebooka – PAP). Z Naszej Klasy korzystali również ludzie w starszym wieku a nie tylko młodzież. Dzięki temu uczyli się korzystania z komputera i internetu. Nie do-

równujemy jeszcze w rozwoju społeczeństwa informacyjnego krajom zachodnim, ale nadrobiamy zaległości.

PAP: Czy jednak korzystanie z serwisów społecznościowych, pozwala już mówić o społeczeństwie informacyjnym w Polsce?

K. K.: Tu można mówić o różnych planach. Jeśli weźmiemy pod uwagę kwestie ekonomiczne, to Polska nie jest jakimś zagłębiem innowacyjnym. Nie ma u nas wielkiej firmy typu np. Nokia. Nie lekceważyłbym jednak uczestnictwa w serwisach społecznościowych. Wystarczy spojrzeć na język, jakim się posługujemy, często używa się takich słów jak cybernauka, czatowanie, blogowanie to jest jakiś udział w kulturze popularnej. To jest z jednej strony nastawienie na odbieranie różnych informacji, ale z drugiej strony jest to tworzenie, polegające na wrzucaniu zdjęć, komentowaniu ich, tworzeniu memów internetowych itp.

PAP: Jak zmieniło się nasze społeczeństwo pod wpływem rozwoju społeczeństwa informacyjnego?

K. K.: Generalnie technologie takie jak internet czy telefony komórkowe uruchomiły działania społeczne. W tym się ujawnia siła komunikacji, jako czynnika, który intensyfikuje działania ludzkie. Ale pamiętajmy, że same narzędzia nie zmieniają społeczeństwa, one pewne rzeczy utwierdzają. To nie jest tak, że rozwój społeczeństwa informacyjnego radykalnie zmienia np. konserwatyzm Polaków. To



FOT. STOCK. XCHNG / ILKER.

jest taki katalizator zmian, ale nie jest to źródło zmian.

PAP: Czy rozwój technik informacyjnych będących częścią rozwoju społeczeństwa informacyjnego nie doprowadził do polaryzacji społeczeństwa? Chodzi mi o agresję na forach internetowych.

K. K.: To prawda, że poziom agresji i frustracji w internecie jest w Polsce bardzo wysoki. To jednak nie jest wina narzędzi. Tacy jesteśmy. Polacy są pełni agresji i frustracji, a że mają możliwość wylać tę frustrację nie narażając się na kary, gdyż w internecie są w jakimś sensie anonimowi to robią to. Ta agresja mogła istnieć wcześniej a rozwój internetu umożliwił jej pokazanie. Agresja na forach

pokazuje też, że mamy niski poziom kapitału społecznego. Jesteśmy nieufni wobec innych.

PAP: Można to zmienić?

K. K.: Zmiana będzie zależała od tego czy ludzie mają zasoby, aby zagospodarować własne potrzeby intelektualne i duchowe. Jeśli nie mają, to nastawiają się na wylewanie swojej frustracji. Korzyści ze społeczeństwa informacyjnego zależą od tego, jaki będzie poziom wykształcenia społeczeństwa. Internet nie załatwi sprawy, jeśli chodzi o podniesienie poziomu wykształcenia.

Na początku w cyberprzestrzeni dominowali artyści, naukowcy, studująca młodzież, ale w miarę rozwoju, internet się demokratyzował się i zaczął odzwierciedlać społeczeństwo

w złym i dobrym aspekcie. Jak w tym przysłowiu rzeka szeroko rozlana traci głębię. Badania, nie tylko polskie, pokazują – i to można uznać za negatywny skutek – że ludzie nastawiają się coraz częściej na jak najmniejsze przetwarzanie wiedzy, bo wszystko albo prawie wszystko można znaleźć w internecie. W niedawnych badaniach gimnazjalistów większość nie wiedziała ile rok ma dni. Z mojej perspektywy to jest aż niewiarygodne, ale dla nich to nie ma znaczenia, bo po co mają sobie zapychać pamięć taką informacją, jeśli wszystko jest w internecie.

ROZMAWIAŁ KRZYSZTOF MARKOWSKI
PAP – NAUKA W POLSCE

ŹRÓDŁO: SERWIS NAUKA W POLSCE – WWW.NAUKAWPOLSCE.PAP.PL



FOT. STOCK. XCHNG
/ PHOTO BY JAKUB KRECHOWICZ

Reklama

www.pomagam.de

BIURO DORADCZE DLA POLAKÓW W NIEMCZECH

Miejsca firmy jest pomoc naszym rodakom przebywającym na terenie Niemiec w załatwieniu wszelkich formalności związanych

- z uzyskaniem zasiłku rodzinnego dla dzieci – KINDERGELD, ELTERNGELD,
- z odzyskaniem podatku wraz z dodatkami na współmałżonka oraz dzieci,
- z załatwieniem zasiłku dla bezrobotnych.

Pomożemy Ci wynająć mieszkanie lub je nawet kupić.
Doradzimy najlepszy kredyt i ubezpieczenie.
Załatwimy za Ciebie wszelkie formalności przy zakładaniu firmy w Niemczech.
Pomożemy założyć konto w banku.

Sprawy nietuzinkowe i trudne będą dla nas wyzwaniem.
Opłaty od 50 euro za usługę i są uzależnione od trudności sprawy.

UMÓW SIĘ NA TERMIN Z NASZYM DORADCĄ
ZADZWOŃ 0049 173/744 37 48

biuro@pomagam.de www.pomagam.de facebook.com/pomagam

Polskimarket.nl
Polski Sklep ONLINE w Holandii

3000 PRODUKTÓW / 150 KATEGORII
DOSTAWA NA TERENIE CAŁEJ HOLANDII

Sklep internetowy, który dostarcza zakupy do każdego domu w każdą niedzielę.

Nie masz polskiego sklepu w okolicy, lub nie masz czasu na zakupy? My Ci je dostarczymy w każdy zakątek Holandii.

4.99 € to cena za dostawę zakupów wprost do Twojego domu.

Tradycyjne wędliny, swojskie kiełbasy, pasztety, sery – żółte, białe i topione, jogurty, surówki, prasa, książki... ponad 3 tysiące produktów.

Tajemnicze zabójstwo

Europejską opinią publiczną wstrząsnęła niewyjaśniona zbrodnia, jakiej dokonano w okolicach Murcji, na terenie Hiszpanii. Znalezione zwłoki popularnej holenderskiej siatkarki Ingrid Visser oraz jej przyjaciela Lodewijka Severina.

Visser była jedną z najlepszych siatkarek Holandii, grała jako środkowa, jej kariera sportowa trwała blisko 20 lat. Podczas mistrzostw Europy w 2009 roku organizowanych w Polsce zdobyła z drużyną srebrny medal.

O sprawie poinformowały media w poniedziałek rano.

Para była już poszukiwana przez bliskich od kilkunastu dni. Policja już zatrzymała trzy osoby, które podejrzewane są o dokonanie tego zabójstwa – to dwaj obywatele Rumunii- 47-latek i 60-latek oraz 36-letni Hiszpan.

Ciała zamordowanych znaleziono w Alquerias, ukryte

w sadzie owocowym. Jak sugeruje holenderska prasa w sprawie odegrać rolę mogły środowiska przestępcze, choć to na razie sugestie i domysły, i póki co brak dostatecznych informacji potwierdzających te podejrzenia.

BIANKA AVIDAN



FOT. STOCK. XCHNG / RIYAS HAMZA

Reklama



CASTING

Miss Poland - Benelux

09 czerwiec 2013

14:00 - 18:00

Little Buddha Amsterdam
City Theatre
Kleine Gartmanplantsoen 17

Amsterdam

www.misspoland.nl



OGŁOSZENIA DROBNE

● **Transport – oferuję:** Sprzedaz biletów lotniczych i autobusowych oraz wakacji wycieczek i innych atrakcji turystycznych do Polski i na cały świat. Oferujemy bilety dla gości z Polski. Wysyłamy bez żadnych dodatkowych opłat po całej Holandii. Wizzair gratis odprawa na lotnisku. Transport Amsterdam -Eindhoven. Wucieczki z gwarancja renomowanych firm holenderskich. tel: 0104523954, 0618529839, www.dinatravel.nl, bilety online; www.chaptickets-wakacje.eu

● **Transport – oferuję:** POLSKA NIEMCY HOLANDIA BELGIA 5 osobowy VAN. Specjalizujemy się w przewozie osób i paczek do Niemiec Holandi i Belgii. Obsługujemy cztery województwa: kujawsko-pomorskie, warmińsko-mazurskie, wielkopolskie, lubuskie. Zapewniamy bezpieczny i komfortowy przewóz osób, kierowcę z wieloletnim doświadczeniem, niewielką liczbę współpasażerów co znacznie skraca czas podróży. Masz dosyć jazdy zatłoczonym bussem? Oferujemy szybką i przyjemną podróż pięciosobowym Vanem citroen berlingo. Trasa każdego przejazdu jest ustalana indywidualnie, ponieważ odbieramy klienta z miejsca zamieszkania i dowozimy pod wskazany adres. Oferujemy: przewóz osób i paczek Polska, Niemcy, Holandia, Belgia. Przewozy zorganizowanych grup na lotniska w Polsce i w Europie zachodniej. Wyjazdy z Polski w każdą: ŚRODĘ I SOBOTE. Wyjazdy z Holandii w każdy: CZWARTEK I NIEDZIELE. Tel: PL 48 733 710 910

● **Sklepy:** SOSNA POLSKI SKLEP w LEIDEN Z A P R A S Z A M Y!!! NOWE GODZINY OTWARCIA NASZEGO POLSKIEGO SKLEPU SOSNA w LEIDEN: 10.00 – 20.00 od wtorku do soboty, 12.00 – 20.00

w poniedziałek i w niedzielę. U nas znajdziesz produkty bez których nie możesz się obejść żyjąc w Holandii:) POLSKIE PIECZYWO: chleb, chałka, pączki, drożdżówki., PYSZNE POLSKIE SERNIKI, MAKOWCE... POLSKI NABIAŁ: masło, sery, śmietana... POLSKIE SŁODYCZE: Ptasia Mleczko, Michałki... POLSKIE NAPOJE, POLSKIE PRODUKTY DLA DZIECI, POLSKIE GAZETY, I wiele, wiele innych polskich produktów. Z A P R A S Z A M Y!!! TRAFISZ NA PEWNO: Lammermarkt 102 w Leiden (duży parking) tel: 616 808 133. Z NAMI KAŻDEGO DNIA TYLKO PO POLSKU... Dołącz do nas na Facebook

● **Zdrowie i uroda:** Kosmetyki Haarlem. Jeżeli chcesz zobaczyć nowy katalog firmy Ori-flame, poszukujesz rady w doborze odpowiednich kosmetyków. Zapraszam e-mail kowalczykedyta_84@o2.pl; gg 44908294

● **Sklepy:** Polska piekarnia w Rijswijk serdecznie zaprasza do swojego firmowego sklepu przy ul. Schoolstraat 18, 2282 RD Rijswijk. Posiadamy szeroki asortyment chleba m. in. tradycyjny, żytni, razowy, cebulowy. Poza tym oferujemy w sprzedaży inne podstawowe polskie produkty spożywcze. Zapraszamy w pn/śr 12.00-18.00, we wt/czw 11.00-18.00, w pt. 10.00-18.00 i w soboty od 09.00-16.00. SERDECZNIE ZAPRASZAMY:)

● **Usługi – remonty:** Witam potrzebują państwo firmy do malowania domu, biur, hal, int. Prowadzę Firmę już od 2005 malowanie ścian, sufitów, okien, drzwi, wstawianiem szyb, wyklejanie włókna szklanym, sztukowanie ścian i sufitów, wykładanie podłóg i inne, wie. info. 0617389255 Andrzej

Bezpłatny serwis ogłoszeń dla Polaków w Holandii



tablica.nl

**PRACA/ZATRUDNIĘ - PRACA/SZUKAM - TOWARZYSKIE
MIESZKANIE/POKÓJ/WYMAJME - MIESZKANIE/POKÓJ/SZUKAM
TRANSPORT/OFERUJĘ - TRANSPORT/SZUKAM
USŁUGI/REMONTY - USŁUGI/KOMPUTERY - USŁUGI/LAWETY
USŁUGI/ANTENY - USŁUGI/HYDRAULIK - USŁUGI/KOMPUTERY
USŁUGI/MECHANIK SAMOCHODOWY - USŁUGI/INNE
KUPIĘ/SPRZEDAM/MELE - KUPIĘ/SPRZEDAM/RÓŻNE
NAUKA - TŁUMACZE - PODATKI - PRAWNICY - ZDROWIE I URODA
GRATIS/ODDAM ZA DARMO - SKLEPY - LEKARZE - KOŚCIOŁY
ODZIEŻ/OBUWIE/DODATKI - NIANIE/AU-PAIRS
RESTAURACJE/BARY/KAWIARNIE**

Wejdź, zarejestruj się i dodawaj BEZPŁATNIE swoje ogłoszenia

PRACA

● **OPERATOR WÓZKA WIDŁOWEGO** wysokiego składowania. Opis stanowiska: Zbieranie zamówień w magazynach z artykułami spożywczymi i przemysłowymi. Załadunek i rozładunek towarów. Praca na: akumulatorowych czołowych wózkach widłowych oraz na akumulatorowych wózkach widłowych wysokiego składowania. Wymagania: Holenderski certyfikat na wózki widłowe, średnia/dobra znajomość języka angielskiego lub niemieckiego, doświadczenie w pracy na wózku widłowym wymienionym w opisie stanowiska, dyspozycyjność na długi okres czasu. Oferujemy: Transport z Polski do Holandii oraz z miejsca zakwaterowania do zakładu pracy, zakwaterowanie, obsługę kadrowo – administracyjną. Osoby zainteresowane prosimy o przesłanie CV wraz z referencjami, skanem uprawnień i klauzulą o przetwarzaniu danych osobowych na adres: praca@sbaeu-ro.pl z dopiskiem „Wózek holenderski”

● **OPERATOR WÓZKA WIDŁOWEGO** – cała Holandia. Obowiązki: zbieranie towarów za pomocą wózka zgodnie z zamówieniem, załadunek i rozładunek towarów, prawidłowe ich przewożenie we wskazane miejsce; wymagania: znajomość języka angielskiego, niemieckiego bądź holenderskiego. Zadzwoń: Venray 0031 478529977, Den Haag 0031 703633927, Amstelveen 0031 204701513, Tilburg 0031 886886350; cv: jobs@ottoworkforce.eu.

● **ORDER PICKER.** Obowiązki: wprowadzanie zamówień do systemu, przygotowywanie i zbieranie zamówień, prace ze skanerem, obsługa wózka EPT. Wymagania: dobra znajomość języka angielskiego, niemieckiego bądź holenderskiego, doświadczenie na podobnym stanowisku. Zainteresowane osoby prosimy o kontakt: Tilburg 0031 886886350, Venray 0031 478529977, Den Haag 0031 703633927, Amstelveen 0031 204701513; cv: jobs@ottoworkforce.eu.

● **Hoofdbeheerder van een grote woonlocatie** (>150 personen) Noord Holland. In deze functie ben je verantwoordelijk voor een woonlocatie waar NL-jobs haar buitenlandse werknemers huisvest. Je beheert en bepaalt met de directie de regels in en om het complex. Je bent verantwoordelijk voor en voert het onderhoud van de gebouwen en omliggend terrein uit. Je onderhoudt contact met de

buren, gemeente, politie en andere belanghebbenden. Wij vragen: Beheersing van Nederlands en Pools in woord en geschrift. Dat je wilt wonen op de te beheren locatie. Dat je beschikt over mensenkennis en kan goed met mensen omgaan. Dat je stress bestendig bent en geen negen tot vijf mentaliteit hebt. Dat je een aanpakker bent. Dat je enige technische kennis hebt, om kleine reparaties zelf uit te voeren. Heb je interesse in deze vacature stuur dan je CV aan: regina@nl-jobs.com

● **Assistent beheerder van een grote woonlocatie** (>150 personen) Noord Holland. In deze functie zorg je er samen met de hoofdbeheerder voor dat het complex en omliggende terrein netjes is. De dagelijkse taken bestaan uit: Contact hebben met de bewoners. Schoonmaken publieke ruimtes. Onderhoud tuin. Wij vragen: Beheersing van Pools en Nederlands. Je wilt wonen op de te beheren locatie. Kan met mensen omgaan. Het enige technische kennis. Heb je interesse in deze vacature stuur dan je CV aan: regina@nl-jobs.com

● **Praca – szukam:** IK ZO-EK BAAN. Ik werk kan ik opruimen, helpen kan werken zonder contract. Ik KAN VEEL DOEN. da11@hotmail.nl

● **Praca – szukam:** SZUKAM PRACY MOŻE BYĆ BEZ UMOWY. MOGĘ SPRZĄTAC, POMAGAC NA BUDOWIE. UMIEM DUŻO ZECZY. SPAWAŁEM, PRACOWAŁEM NA MYJNIACH. da11@hotmail.nl

● **Praca – szukam:** Witam. Szukam pracy jako dekarz. Posiadam również uprawnienia na wózek widłowy. VCA. Język holenderski. Własny transport. nr. tel 643669952 Lukas

● **Praca – szukam:** Pilnie szukam pracy. Witam mieszkam w Den Haag i szukam pracy na budowie lub przy remontach. Potrafię, malować, kłaść panele, Karton gipsy itp. Kontakt 0686434086. Mam tak że własnego pomocnika. Pozdrawiam

● **Nauczyciel-wolontariusz.** POLSKA SZKOŁA W HADZE PILNIE POSZUKUJE WOLONTARIUSZY na rok szkolny 2013/2014. Chcesz zostać nauczycielem w naszej Szkole? Posiadasz wykształcenie pedagogiczne (j. polski, nauczanie początkowe, rytmika/muzyka itp.)? Przebywasz obecnie w Hadze lub okolicach? Masz chęć i czas wesprzeć naszą wolontariacką

Reklama

Miss Poland 2013 Benelux

CASTING

Miss Poland - Benelux

16 czerwca 2013
14:00 - 18:00

"The Shuffle"

Gasthuisstraat 36

Horst

www.misspoland.nl

przygodę ze szkołą w przyszłym roku szkolnym? Serdecznie zapraszamy wszystkie osoby zainteresowane do kontaktu z nami. CV wraz z kilkoma słowami o sobie prosimy wysłać na adres: szkola.haga@gmail.com z dopiskiem w tytule maila: „KANDYDAT 2013/2014”. Dodatkowe informacje uzyskać można pod numerami telefonów: 06 23538714 Malwina Lejman (koordynator ds. dydaktycznych), 06 25530889 Marta Obrocka (koordynator ds. organizacyjnych); www.szkoła-haga.nl

TO MIEJSCE CZEKA NA TWOJĄ REKLAMĘ

CENNIK REKLAM
DOSTĘPNY NA STRONIE

www.GoniecPolski.nl

reklama@goniecpolski.nl

Holenderska afera mięsna

W związku z podejrzeniem, iż jeden z niderlandzkich producentów mięsnych sprzedał około 300 ton mięsa końskiego jako wołowinę, policja dokonała aresztowania handlarza Willego Seltena i jednego z jego współpracowników.

Prokuratura Królestwa zarzuca mu fałszerstwa i oszustwa. Miał się ich dopuścić w latach 2011-2012, przerabiając wspomnianą ilość koniny na mięso wołowe. Dostawcy firmy pochodzili zarówno z Holandii, jak i Wysp Brytyjskich. Spośród ponad setki pracowników blisko osiemdziesięciu jest polskiego pochodzenia. Aresztowania dokonano 23 maja br. (zastępcę przedsiębiorcy zatrzymano dzień wcześniej). Już w lutym zatrzymany Willy Selten wystąpił w holenderskiej telewizji, gdzie przyznał, że mieszał oba gatunki mięs, ale tylko na wyraźną prośbę odbiorców.

Afera może odbić się szerokim echem po krajach UE, albowiem według danych pochodzących z ministerstwa gospodarki, firma Seltena sprzedawała mię-

so nie tylko do punktów na terenie Holandii, ale także kilkuset odbiorcom z krajów Unii.

BIANKA AVIDAN



FOT. STOCK. XCHNG / HELMUT GEVERT

Reklama




**Jobs
Services
Pay-roll**

**Hoofdbeheerder van een grote woonlocatie
(>150 personen) Noord Holland**

In deze functie ben je verantwoordelijk voor een woonlocatie waar NL-jobs haar buitenlandse werknemers huisvest.

Je beheert en bepaalt met de directie de regels in en om het complex.

Je bent verantwoordelijk voor en voert het onderhoud van de gebouwen en omliggend terrein uit.

Je onderhoudt contact met de burens, gemeente, politie en andere belanghebbenden.

Wij vragen:

- Beheersing van Nederlands en Pools in woord en geschrift.
- Dat je wilt wonen op de te beheren locatie.
- Dat je beschikt over mensenkennis en kan goed met mensen omgaan.
- Dat je stress bestendig bent en geen negen tot vijf mentaliteit hebt.
- Dat je een aanpakker bent.
- Dat je enige technische kennis hebt, om kleine reparaties zelf uit te voeren.

Heb je interesse in deze vacature stuur dan je CV aan: regina@nl-jobs.com

**Assistent beheerder van een grote woonlocatie
(>150 personen) Noord Holland**

In deze functie zorg je er samen met de hoofdbeheerder voor dat het complex en omliggende terrein netjes is.

De dagelijkse taken bestaan uit:

- Contact hebben met de bewoners.
- Schoonmaken publieke ruimtes.
- Onderhoud tuin.

Wij vragen:

- Beheersing van Pools en Nederlands
- Je wilt wonen op de te beheren locatie.
- Kan met mensen omgaan.
- Het enige technische kennis.

Heb je interesse in deze vacature stuur dan je CV aan: regina@nl-jobs.com

Reklama

TO MIEJSCE CZEKA NA TWOJĄ REKLAMĘ

CENNIK REKLAM DOSTĘPNY NA STRONIE

www.GoniecPolski.nl

reklama@goniecpolski.nl

Szczęśliwy naród

Organizacja Współpracy Gospodarczej i Rozwoju, która rokrocznie bada m. in. poziom zadowolenia obywateli krajów z ich statusu i życia w ogóle podała, iż w gronie badanych znalazła się również Holandia.

Według OECD Królestwo jest jednym z dziesięciu „najszczęśliwszych” krajów tegorocznej edycji badań, zajmując w niej ósme miejsce. Podobnie jak w latach ubiegłych, chwalębne pierwsze miejsce zajęła Australia, co mieszkańcy tego kraju zawdzięczają do-

brym warunkom mieszkaniowym, opiece zdrowotnej oraz poczuciu bezpieczeństwa. W szacownym gronie krajów „szczęśliwych” znalazły się także państwa skandynawskie oraz Kanada.

BIANKA AVIDAN



FOT. STOCK. XCHNG / JELLE BOONTJE

Polscy uczniowie wygrali satelitarny konkurs ESA

Zespół licealistów z Krakowa i Andrychowa zwyciężył w konkursie budowy i wystrzeliwania miniaturowych satelitów. Zawody organizowane przez Europejską Agencję Kosmiczną (ESA) odbyły się w Holandii – poinformował PAP lider drużyny Michał Gumieła.

Zadanie polegało na zbudowaniu modelu miniaturowego satelity lub sondy kosmicznej, a potem przy pomocy ESA realizowano wystrzelenie modelu rakiety na wysokość ponad 1000 metrów.

Pierwsze miejsce w konkursie zajął zespół KrakSat, składający się z ośmiorga uczniów V Liceum Ogólnokształcącego im. Augusta Witkowskiego w Krakowie oraz Liceum Ogólnokształcącego im. Marii Skłodowskiej-Curie w Andrychowie. Młodzi

polscy konstruktorzy zbudowali model sondy planetarnej. Po wyniesieniu w powietrze rakietą, z prędkością prawie 650 km/h, sonda opadła bezpiecznie na spadochronie. Udało jej się zmierzyć wszystkie zakładane parametry: ciśnienie, temperaturę, promieniowanie jonizujące i promieniowanie UV. Drużyna zaprezentowała wstępną analizę danych w siedzibie ESA w Noordwijk.

Jak mówi Łukasz Gurdek, członek zespołu, drużynie udało się zebrać najbardziej dokładne dane z wielu urządzeń, m. in. barometru, akcelerometru, żyroskopu, odbiornika GPS oraz odzyskać puszkę z „sondą” bez uszkodzeń.

W skład polskiego zespołu weszli: Michał Gumieła (lider zespołu, LO w Andrychowie), Ewelina Badak (V LO w Krakowie), Mateusz Cianciara (V LO w Krakowie), Łukasz Gurdek (V LO w Krakowie, Grzegorz Gajoch

(V LO w Krakowie), Antoni Odrobina (LO Andrychowie), Michał Zieliński (V LO w Krakowie), Bartosz Dziewoński (V LO w Krakowie) i Aleksander Cianciara (opiekun, AGH w Krakowie).

„Udział w konkursie był dla nas dużym przeżyciem. Była to także możliwość współpracy z inżynierami zajmującymi się zaawansowaną elektroniką oraz odwiedzenia ośrodka Europejskiej Agencji Kosmicznej” – opowiada PAP swoje przeżycia Michał Gumieła.

Jak tłumaczy, większość członków zespołu jest w klasie maturalnej i wybiera się na studia związane z elektroniką lub informatyką, konkurs był więc bezpośrednio związany z zawodami, które planują w przyszłości wykonywać.

„Jestem pod wrażeniem pracy i organizacji zespołu. Uczniowie znaleźli informację o konkursie w połowie października ubiegłego roku. Sami przygotowali apli-

kację zgłoszeniową oraz samodzielnie wszystko skonstruowali. Zgłoszenie było dokonane do kategorii +Beginner+ (ang. początkujący), gdyż do tej pory nie startowaliśmy w tego typu konkursach. W trakcie zawodów okazało się, że wykonana praca daleko przekraczała wymagania tej kategorii” – tłumaczy PAP dr inż. Aleksander Cianciara z Wydziału Geologii, Geofizyki i Ochrony Środowiska Akademii Górniczo-Hutniczej w Krakowie, który opiekował się grupą licealistów.

Cianciara dodaje, że jego podopiecznych nie zniechęciło nawet niepowodzenie pierwszej próby startu oraz pechowe rozłączenie kabli na chwilę przed drugim startem, gdy ktoś zawadził nogą o przewody. Zespół błyskawicznie uporał się z przeciwnościami losu i start przebiegł dalej bez zakłóceń.

Więcej informacji na temat zespołu polskich licealistów można znaleźć na internetowej



FOT. STOCK. XCHNG / STASYS EIDIEJUS – [HTTP://WWW.ALAFOTO.COM](http://www.alafoto.com)

www.kraksat.pl. Europejska witryna konkursu CanSat ma z kolei adres www.cansat.eu.

CanSat jest edukacyjnym konkursem Europejskiej Agencji Kosmicznej (ESA). Pierwsze zawody odbyły się w 1999 roku w Stanach Zjednoczonych. Później miały miejsce w innych miejscach na świecie, a w ostatnich latach w Europie. Kraje członkowskie Europejskiej Agencji Kosmicznej prowadzą konkurs jako inicjatywę edukacyjną dla szkół średnich i uczelni.

Tegoroczna edycja 2013 European CanSat Competition obejmowała osiem krajów członkowskich ESA, w tym Polskę. W listopadzie 2012 r. wybrano 15 zespołów, które mogły przystąpić do rywalizacji. W grudniu odbyły się warsztaty dla nauczycieli, a w dniach 10-13 kwietnia b. r. przeprowadzono w Holandii zawody finałowe.

PAP – NAUKA W POLSCE
ŹRÓDŁO: SERWIS NAUKA W POLSCE – WWW.NAUKAWPOLSCIE.PAP.PL

Polscy studenci wśród zwycięzców Shell Eco – Marathon

334,2 km na jednym litrze benzyny przejechał pojazd Studenckiego Koła Aerodynamiki Pojazdów SKAP z Politechniki Warszawskiej. Okazał się najlepszym pojazdem na benzynę w kategorii Urban Concept zawodów Shell Eco-Marathon 2013 w Rotterdamie (Holandia).

W tegorocznej 29. edycji Shell Eco-Marathon wzięły udział 224 zespoły, w skład których weszły 3 tys. studentów z 24 krajów. Zawodnicy rywalizowali w dwóch kategoriach: futurystycznej Prototype i konwencjonalnej UrbanConcept, w której brały udział pojazdy gabarytami oraz funkcjonalnością przypominające auta miejskie. Zespoły podejmowały próby przebycia jak najdłuższej trasy na jednym litrze paliwa lub jego równowartości. Samochody wykonały stałą liczbę okrążeń wokół toru przy zadanej prędkości, a organizatorzy obliczyli efektywność energetyczną każdego z pojazdów, przyznając zwycięstwo w każdej z kategorii i dla

każdego źródła energii.

W kategorii Urban Concept pojazdy rywalizowały w różnych podkategoriach: napędzanych na etanol, benzynę, diesel, wodór, a także baterie elektryczne.

Pojazd z PW – o nazwie PAKS – pierwsze miejsce zajął wśród pojazdów napędzanych

na benzynę. Jak poinformowali w przesłanym PAP komunikacie przedstawiciele konkursu, walka o zwycięstwo toczyła się do ostatniej chwili między zespołem SKAP PW a francuskim zespołem Lycee Louis Delage. Trzeci w klasyfikacji, pojazd Uniwersytetu Mons przejechał o po-

nad 150 kilometrów krótszy dystans niż Polacy.

PAKS został zaprojektowany jako samochód, który może być zastosowany w indywidualnych środkach transportu przyszłości. Projekt został zrealizowany od zera, jednakże podczas prac nad nim brano pod uwagę do-

świadczenia zdobyte przy projektowaniu i wykonywaniu jego poprzednika, pojazdu Mikrus. Pojazd debiutował w zawodach Shell Eco-Marathon w 2012 r., gdzie zajął 2. miejsce w kategorii „Safety” oraz 3. miejsce w klasie pojazdów napędzanych benzyną E 95 uzyskując wynik 300 km przejechanych na jednym litrze paliwa. Na udoskonalenie samochodu Polacy dostali dofinansowanie z programu Ministerstwa Nauki i Szkolnictwa Wyższego – „Generacja Przyszłości”.

W konkursie Shell Eco – Marathon brać mogą udział zespoły ze szkół średnich



FOT. STOCK. XCHNG / BILLY ALEXANDER

oraz uczelni z całego świata, stają przed wyzwaniem zaprojektowania, zbudowania i przetestowania najbardziej wydajnych pod względem energetycznym pojazdów. Zwycięża drużyna, która pokona najdłuż-

szy dystans, wykorzystując przy tym jak najmniejszą ilość energii.

PAP – NAUKA W POLSCE
ŹRÓDŁO: SERWIS NAUKA W POLSCE – WWW.NAUKAWPOLSCIE.PAP.PL



FOT. STOCK. XCHNG / RORE_D

Lekarze: pacjent po przeszczepie twarzy ma szansę na normalne życie

33-letni pacjent, któremu przeszczepiono twarz w Centrum Onkologii w Gliwicach, ma szansę na normalne życie – będzie mógł jeść, oddychać i widzieć, choć maszyną do cięcia kamieni prawie amputowała mu twarz – zapewnili w śróde lekarze, którzy przeprowadzili zabieg.

Był to pierwszy w Polsce przeszczep twarzy, a jednocześnie pierwszy na świecie, tzw. pilny, ze wskazań życiowych.

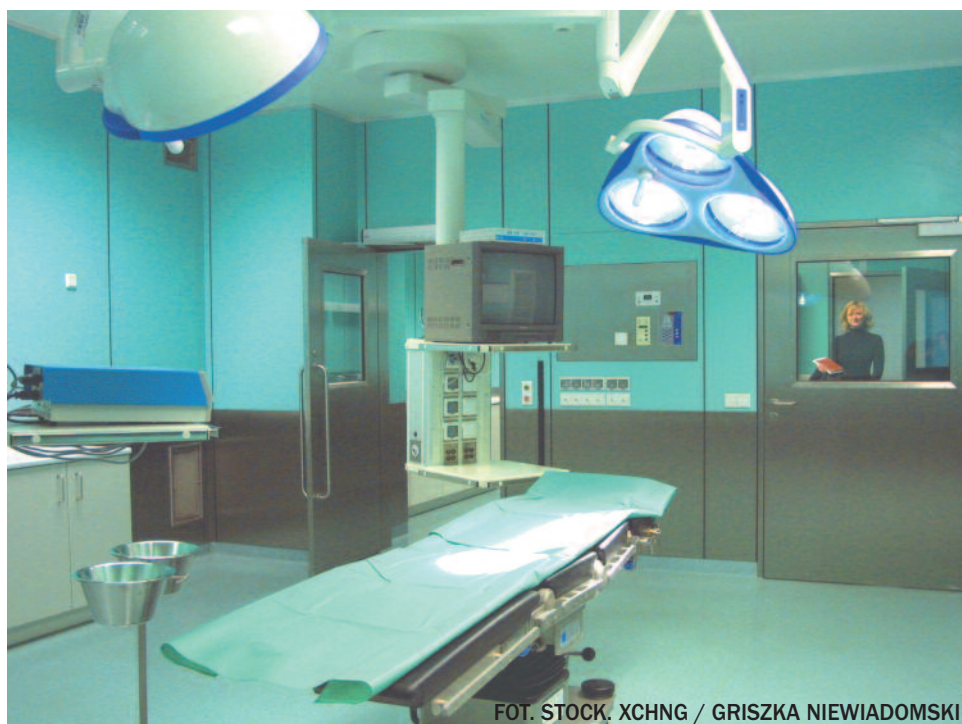
„Zakładamy, że pacjent będzie jadł, oddychał, widział. Osiągnięcie pełnej motoryki i czucia twarzy powinno potrwać 6-8 miesięcy” – powiedział podczas śródowej konferencji prasowej w Centrum Onkologii w Gliwicach szef zespołu prof. Adam Maciejewski.

Pochodzący z okolic Wrocław-

wia pan Grzegorz doznał 23 kwietnia rozległego urazu podczas pracy – maszyna do cięcia kamieni amputowała mu większą część twarzy. Próba replantacji zakończyła się niepowodzeniem, przede wszystkim dlatego, że oderwany fragment twarzy, który po wypadku zawisł na stalowej belce, był zmiażdżony, a poza tym trafił do lekarzy dopiero po kilku godzinach. Operacja przeprowadzona przez dr. Klaudiusza Łuczaka w Uniwersyteckim Szpitalu Klinicznym we Wrocławiu uratowała mu jednak wzrok i dolną część twarzy.

„Wiedziałem, że w Gliwicach jest tak wspaniały zespół i nawiązałem z nim kontakt. Pacjent miał szczęście, że tacy ludzie się znaleźli. Takie wyzwanie to galaktyka dla wielu ośrodków” – powiedział dr Łuczak.

Ubytek obejmował nie tylko powłoki twarzy, ale również



FOT. STOCK. XCHNG / GRISZKA NIEWIADOMSKI



FOT. STOCK. XCHNG / NORDWEST-KRANKENHAUS SANDERBUSCH

struktury podporowe środkowego i dolnego piętra twarzy – kości szczękowe, łuki jarzmowe, podniebienie. Dlatego życie pacjenta było zagrożone. „Tak rozległy uraz, gdzie odsłonięte są struktury blisko podstawy czaszki, kontaktujące się z mózgiem – groźna byłaby jakakolwiek infekcja, nie mówiąc już o braku możliwości normalnego funkcjonowania, zaburzeniach oddychania, możliwości jedzenia. To wszystko składa się na obraz, który prowadzi nas w jednym kierunku” – mówił prof. Maciejewski.

Poszukiwania dawcy rozpoczęto 2 maja. Okazał się nim być mężczyzna w podobnym wieku; został on też dawcą narządów dla innych chorych. Specjaliści przygotowali maskę w oparciu o odcisk twarzy dawcy, którą za-

stąpiono jego tkanki po pobraniu. Prof. Maciejewski w pierwszych słowach konferencji dziękował jego rodzinie „za ogromną wielkoduszność, empatię, wiarę i odwagę”. Jednocześnie z udziałem psychologa przygotowywano biorcę do zabiegu, który – choć niezbędny – miał znacząco zmienić jego wygląd. „Zarówno plan działania, jak i ryzyko i zagrożenia z tego wynikające zrozumiał, tak on i jego rodzina. Wyraził na to pełną zgodę, nastawienie jego było wręcz entuzjastyczne” – zaznaczył prof. Maciejewski.

Zaplanowana wcześniej drobniogowo operacja trwała prawie 27 godzin, wiele czynności trwało równocześnie. Obecnie stan pana Grzegorza jest stabilny, w ciągu 10 dni być może zacznie samodzielnie jeść.

„Jest na własnym oddechu,

w kontakcie, choć nie porozumiewa się werbalnie, ale kiwając głową czy uściskiem dłoni. Jest wydolny krążeniowo i oddechowo, współpracuje podczas rehabilitacji. Stan jest poważny, bo zabieg był gigantyczny” – powiedział kierownik Zakładu Anestezjologii i Intensywnej Terapii Centrum Onkologii dr Krzysztof Olejnik.

Pacjent przebywa obecnie w sterylnych warunkach, gdzie specjalne urządzenia cały czas oczyszczają powietrze i gdzie wchodzi tylko personel, który musi się nim opiekować. Aby umożliwić przeszczep, trzeba było wprowadzić go w stan całkowitego paraliżu układu odpornościowego, ponieważ twarz, a zwłaszcza jej skóra, wyjątkowo silnie pobudza układ odpornościowy do reakcji odrzucania przeszczepu.

„Jego komórki odpornościowe nie są w stanie w tej chwili reagować na żadne bodźce, to jest warunek, żeby do wszczepu mogło dojść, ale to czyni go podatnym na wszelkie infekcje bakteryjne, wirusowe, grzybicze. To jest w tej chwili główne zagrożenie. Ono będzie trwało, bo nie możemy się z tego stanu paraliżu zbyt szybko wycofać, żeby nie uaktywnić reakcji odrzucania przeszczepu. To niewątpliwie będzie stwarzało zagrożenie przez najbliższe tygodnie, a nawet miesiące” – wyjaśnił kierownik Kliniki Transplantacji Szpiku i Onkohematologii Centrum Onkologii w Gliwicach prof. Sebastian Giebel. Dodał, że zagrożenie odrzutem maleje z każdym dniem, ale pacjent będzie musiał cały czas przyjmować zapobiegające mu leki.

„Nasz cel był taki, żeby chory mógł normalnie funkcjonować, wrócić do społeczeństwa w tak dużym zakresie, jak to tylko możliwe. (...) Nie czujemy się cudotwórcami, po prostu wykonywaliśmy swoją pracę” – powiedział prof. Adam Maciejewski.

Przyznał jednak, że bez wcześniejszych wieloletnich przygotowań taki zabieg nie byłby możliwy lub byłby skazany na porażkę. Zespół, który go przeprowadził, był budowany od 3 lat. „Wielokrotnie ćwiczyliśmy różne warianty tych przeszczepów na zwłokach. Nie da się wykonać tak rozległego, skomplikowanego, trójwymiarowego przeszczepu bez licznych prób. To również ogromna praca logistyczna. Spotykaliśmy się jednak z życzliwością i pomocą na każdym kroku” – podkreślił chirurg.

PAP – NAUKA W POLSCE
ŹRÓDŁO: SERWIS NAUKA W POLSCE – WWW.NAUKAWPOLSCE.PAP.PL



FOT. STOCK. XCHNG / MIGUEL SAAVEDRA - HTTP://WWW.RGBSTOCK.COM/POPULARGALLERY/SAAVEM

Wpadł miłośnik białego proszku

Amfetaminę miał w kieszeni

Brodniccy policjanci zatrzymali 47-letniego mężczyznę, który posiadał przy sobie środki odurzające. Za posiadanie narkotyku, grozi mu kara do 3 lat pozbawienia wolności.

Policjanci pionu kryminalnego zainteresowali się 47-letnim Wiesławem J. Skąd to zainteresowanie? Mężczyzna był podejrzany o posiada-

nie środków odurzających. Po uzyskaniu tej informacji funkcjonariusze szybko odnaleźli mężczyznę na jednej z ulic miasta. W czasie legitymowania mężczyzna zachowywał się bardzo nerwowo. Takie zachowanie utwierdziło policjantów, że trafili w dziesiątkę.

– Policjanci przeszukali odzież 47-latka i w kieszeni spodni znaleźli pięć woreczków strunowych z zawartością białego proszku – informuje

Agnieszka Łukaszewska z brodnickiej policji. – Po przeprowadzeniu badań narkotesterem okazało się, że jest to amfetamina o łącznej wadze 6,08 grama.

Miłośnik białego proszku trafił do policyjnej celi i usłyszał zarzut posiadania środków odurzających, za co grozi mu kara nawet trzech lat więzienia.

(EVER)
ŹRÓDŁO: EXTRA BRODNICA

Dr Google, czyli ile są warte informacje medyczne w Internecie

Z wielu badań wynika, że coraz częściej korzystamy z Internetu jako naszego „lekarza pierwszego kontaktu”. Jednak specjaliści podkreślają, że informacje medyczne w sieci są często niesprawdzone lub mają charakter komercyjny i należy je traktować z dużą ostrożnością.

Podczas krakowskiego spotkania lekarzy polonijnych oraz krajowych specjalistów dyskutowano m. in. o wiarygodności i użyteczności informacji internetowych z dziedziny medycznej. Głos zabrali lekarze oraz inni przedstawiciele branży medycznej, w tym osoby prowadzące portale o tej tematyce.

Jak zaznaczył dr Andrzej Kajetanowicz z kanadyjskiego Dalhousie University, w krajach rozwiniętych ponad połowa pacjentów traktuje Internet jako źródło informacji medycznych. Problemem jest to, że wiele stron internetowych, nawet te które wyszukiwarka Google wyrzuca jako pierwsze, podaje nierzetelne lub nieścisłe dane.

Zdaniem Kajetanowicza, wynika to często z tego, że są to portale finansowane przez firmy far-

maceutyczne, które chcą przede wszystkim sprzedać swoje specyfiki.

Prelegent z Kanady podał jako przykład, że nawet w przypadku tak zwykłej dolegliwości, jak „gorączka u dzieci”, tylko 3 z 22 stron www, znalezionych za pośrednictwem wyszukiwarki Google, zawierały ścisłe informacje.

Mimo to Kajetanowicz polecił korzystanie ze stron internetowych, jednak pod warunkiem zachowania odpowiednich środków ostrożności.

„Uczulam na strony, które są sponsorowane. Lepiej, żeby pacjenci korzystali z informacji rządowych lub prowadzonych przez towarzystwa medyczne” – radził.

Z kolei dr Jarosław Kosiński z portalu „Eskulap” uzupełnił, że strona polskiego ministerstwa zdrowia zawiera wiele użytecznych dla pacjentów informacji, jak np. bazę interakcji między różnymi lekami.

W ostatnich latach coraz popularniejsze stają się internetowe rankingi lekarzy, zwłaszcza w takich krajach jak USA, gdzie

ich prowadzenie stało się dochodowym biznesem. Jak mówił na krakowskiej sesji dr Marek Stobnicki z Chicago, istnieją różne rodzaje rankingów: część z nich jest oparta na ocenie dyplomów i kwalifikacji lekarza, inne – głównie na opiniach pacjentów.

Według Stobnickiego, problemy z rankingami drugiego typu wynikają przede wszystkim z tego, że oceny pacjentów są na ogół anonimowe – a to obniża ich wiarygodność.

Po drugie – szacunki mówią, że mniej niż 5 proc. pacjentów zamieszcza swoje opinie w Internecie, a zatem ratingi te – zdaniem uczestnika sesji z Chicago – trudno uznać za specjalnie reprezentatywne. Według Stobnickiego, mimo rozwoju techniki na ogół bardziej miarodajną oceną lekarzy niż rankingi internetowe pozostają opinie pacjentów przekazywane tradycyjną „pocztą pantoflową”.

Podczas sesji na Wydziale Lekarskim Uniwersytetu Jagiellońskiego Collegium Medicum podkreślano także, że Internet ma pozytywną rolę, gdyż poprawia dostęp Polaków do opieki zdrowotnej. Niektóre portale, jak np. „Znany lekarz” proponują już internetowe umawianie się na wizyty lekarskie. Ten system, już rozpowszechniony w polskim prywatnym sektorze medycznym, jest ułatwieniem dla pacjentów, uwalnia-



FOT. STOCK. XCHNG / KURHAN

jąc ich od uciążliwej często rejestracji telefonicznej.

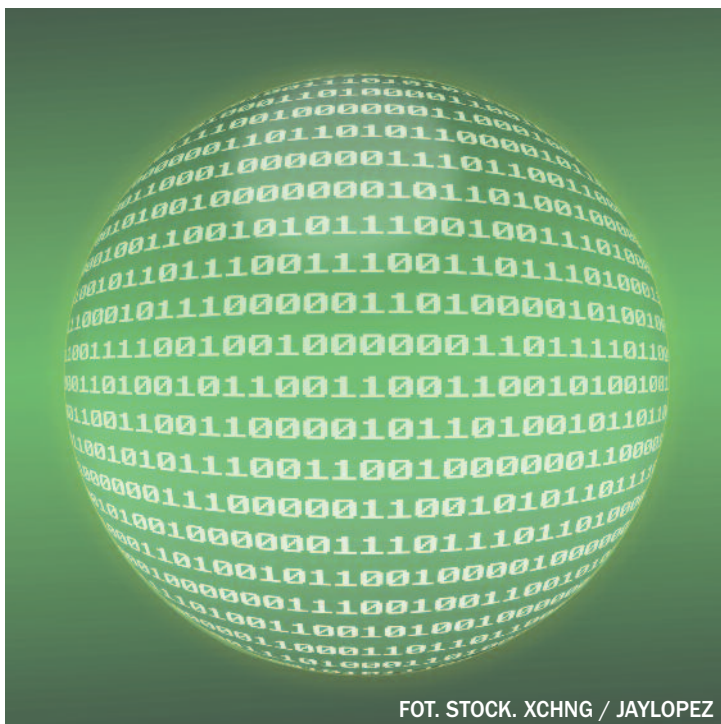
Jak poinformował Piotr Ziewicz, menadżer z portalu „Znany lekarz”, tę stronę odwiedza 2 mln pacjentów miesięcznie, a w jej bazie znajduje się ponad 120 tys. profili lekarzy.

Sesja na temat internetu miała miejsce podczas VIII Kongre-

su Polonii Medycznej- Światowy Kongres Lekarzy Polskich, który zakończył się w Krakowie. Patronem honorowym konferencji był prezydent RP, Bronisław Komorowski.

PAP – NAUKA W POLSCE

ŹRÓDŁO: SERWIS NAUKA W POLSCE – WWW.NAUKAWPOLSCE.PAP.PL



FOT. STOCK. XCHNG / JAYLOPEZ

Ekspert: badanie znamion na skórze może uratować życie

Comiesięczna samokontrola znamion i zmian na skórze pozwala wcześniej wykryć czerniaka, w stadium, gdy jest on jeszcze w pełni wyleczalny – przypominają lekarze. Dzięki temu, można uniknąć zgonu z powodu tego najgroźniejszego nowotworu skóry – zaznaczają.

Ekspert mówił o tym w czwartek na konferencji prasowej, na której zapowiedziano obchody Tygodnia Świadomości Czerniaka. W tym roku przebiegają one w dniach 24-30 maja pod hasłem „Znamie! Znam je?”.

„Wbrew powszechnej opinii czerniak wcale nie jest najgorszym nowotworem. Gdybyśmy wykrywali same wczesne czerniaki to 96 proc. chorych byłoby

wyleczonych” – powiedział prof. Piotr Rutkowski, kierownik Kliniki Nowotworów Tkanek Miękkich, Kości i Czerniaków w Centrum Onkologii-Instytucie w Warszawie.

Według niego nie ma nowotworu, który byłby łatwiejszy niż czerniak do rozpoznania – ze względu na lokalizację na skórze. Nie ma też drugiego nowotworu złośliwego, który byłby tak prosty w leczeniu, pod warunkiem, że jest wykryty we wczesnym stadium, gdy ma do 1 mm grubości. „Wystarczy wówczas w miejscowym znieczuleniu wyciąć zmianę z marginesem okolicznych tkanek” – wyjaśnił prof. Rutkowski. Jednak, gdy grubość zmiany przekroczy 1 mm rokowanie dla pacjentów się zmienia – dodał.

„W USA i Niemczech z czerniaka wyleczonych zostaje w pełni

90 proc. chorych, dlatego że jest on tam wykrywany we wczesnych stadiach. W Polsce z czerniaka udaje się wyleczyć jedynie ok. dwie trzecie pacjentów (spośród trzech tysięcy co roku diagnozowanych – PAP). U jednej trzeciej choroba jest wykrywana w zaawansowanym stadium” – powiedział prof. Rutkowski. Dodał, że średnia grubość czerniaków wykrywanych w naszym kraju wynosi 2 mm, podczas gdy w Niemczech – 0,8 mm.

Wyniki najnowszych badań przedstawionych przez specjalistę wskazują, że ponad 9 mln Polaków nie spieszyłoby się do lekarza lub w ogóle nie przejmowało problemem, gdyby na skórze zaobserwowali zmianę świadczącą o rozwoju czerniaka.

DOKOŃCZENIE NA STR. 12



FOT. STOCK. XCHNG / FRECKLEFEM

Eksperci: badanie znamion na skórze może uratować życie



FOT. STOCK. XCHNG / JHAY0781

DOKOŃCZENIE ZE STR. 11

Do regularnego oglądania zmian na skórze przynależała się tylko połowa badanych. Aż 84 proc. Polaków nigdy nie było u lekarza, by sprawdzić czy podejrzane wyglądające znamie, pieprzyk bądź narośl.

Wzrosła natomiast wiedza na temat samego czerniaka i podstawowych czynników jego ryzyka (jak przebywanie na słońcu bez zabezpieczenia, korzystanie z solarium i predyspozycje genetyczne). Aż 76 proc. badanych zadeklarowało, że wie co to jest czerniak, podczas gdy w 2011 r. odsetek ten wyniósł 65 proc.

„Oznacza to, że zwiększenie się świadomości Polaków na temat tego nowotworu nie przekłada się na zmianę zachowań i na wzrost samokontroli” – ocenił prof. Rutkowski.

Podkreślił, że szczególnie niepokojące jest to, iż na znamiona w ogóle nie zwraca uwagi 65 proc. panów. Tymczasem, liczba zgonów z powodu czerniaka wśród mężczyzn ciągle rośnie w naszym kraju.

Dr Monika Słowińska z Kliniki Dermatologii Centralnego Szpitala Klinicznego MSW w Warszawie powiedziała, że raz w miesiącu powinno się oglądać skórę i sprawdzać, czy znamiona się nie zmieniają i czy nie pojawiły się nowe, które budzą nasze

wątpliwości. Zaznaczyła, że czerniak może się rozwinąć u osoby, która nie posiada znamion.

W rozpoznaniu czerniaka pomagają kryteria, które dla ułatwienia oznaczono literami alfabetu – ABCDE. Według dr Słowińskiej powinniśmy zwracać naszą uwagę na to czy zmiana jest asymetryczna (A), ma brzegi poszarpane (B), o nierównym obrysie, czerwony lub czarny (C) niejednolity kolor (choć może być też różowa, brązowy, szara, granatowa lub wielobarwna), ma duży rozmiar o średnicy 6 mm i więcej (D) oraz ewoluuje, czyli zmienia się (E).

„Wtedy należy iść do lekarza – najlepiej dermatologa lub chirurga onkologa – który obejrzy zmianę z użyciem dermatoskopu i oceni czy trzeba ją wyjąć” – powiedziała specjalistka. Do lekarzy tych specjalności obecnie nie potrzebne jest skierowanie.

Jak powiedział PAP prof. Rutkowski, przed wizytą u dermatologa warto zapytać czy dysponuje on dermatoskopem, bo w Polsce ma go ok. połowa lekarzy tej specjalności. Badanie jest proste, nieinwazyjne i w zależności od liczby znamion – trwa od kilku do 15 minut.

Eksperci podkreślali, że każdy dorosły człowiek powinien raz na rok zgłosić się ze znamionami do specjalisty, w przypadku



FOT. STOCK. XCHNG / MARCIN PASZKIEWICZ

dzieci pierwsza kontrolna wizyta może się odbyć w okresie dojrzewania (jeśli wcześniej nie ma niepokojących zmian) i gdy lekarz nic nie stwierdzi może być powtarzana raz na dwa lata.

„Zachorować na czerniaka może każdy, ale możemy wyróżnić grupę wysokiego ryzyka” – powiedziała dr Słowińska. Są to osoby o jasnej karnacji, z jasnymi włosami (blond, rude, jasnobrązowe), jasnymi oczami (niebieskie, szare, jasnozielone), z piegami oraz osoby z licznymi zmianami barwnikowymi.

Aby zmniejszyć ryzyko zachorowania na czerniaka nale-

ży – oprócz regularnego oglądania skóry – unikać nadmiernego słońca, chronić się przed silnym promieniowaniem UV przy pomocy kosmetyków z filtrami, nakryć głowy i okularów przeciwsłonecznych, nie korzystać z solarium.

Więcej na temat czerniaka i sposobów zapobiegania mu można się przeczytać stronie Akademii Czerniaka, która jest organizatorem Tygodnia Świadomości Czerniaka (www.akademiaczerniaka.pl)

(PAP)

ŹRÓDŁO: SERWIS NAUKA W POLSCE – WWW.NAUKAWPOLSCE.PAP.PL

Ekspert: profilowanie genetyczne poprawia skuteczność leczenia raka

Wykonanie profilowania genetycznego pacjentów chorych na raka jeszcze przed rozpoczęciem terapii zwiększa skuteczność leczenia i poprawia ich rokowania – powiedział dziennikarzowi PAP prof. Jan Lubiński, genetyk ze Szczecina.

Specjalista powołuje się na wyniki zastosowania nowej, jeszcze eksperymentalnej strategii leczenia u kobiet z rakiem piersi, które są nosicielkami mutacji genu BRCA1, tej samej, która występuje u Angeliny Jolie.

Kobiety z genem BRCA1 wykazują pięciokrotnie większe ryzyko raka piersi. Z tego powodu amerykańska aktorka poddała się prewencyjnej operacji amputacji obu piersi. Kobiety, które tego nie zrobiły i zachorowały na raka piersi, można jednak skuteczniej leczyć nawet wtedy, gdy guz jest już zaawansowany.

Trzeba jednak wykryć tę mutację, a potem zastosować odpowiednie leki jeszcze przed operacją usunięcia guza.

Prof. Lubiński, szef Międzynarodowego Centrum Nowotwo-

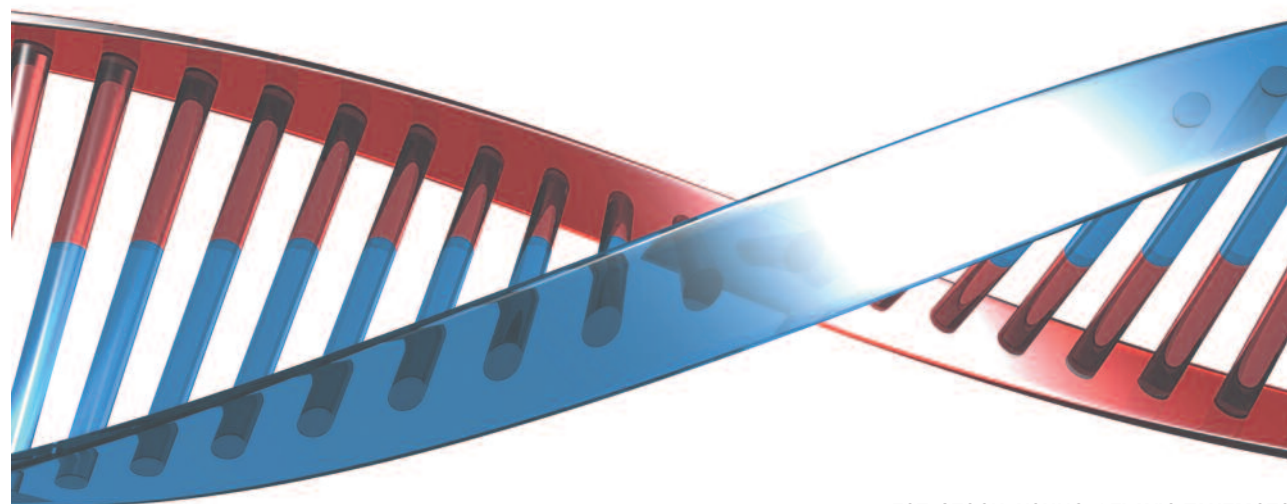
rów Dziedzicznych Pomorskiej Akademii Medycznej w Szczecinie, wyjaśnia, że nowa strategia leczenia od ponad 5 lat testowana jest na grupie 93 Polek z mutacją BRCA1.

W 2006 r. 72 pacjentkom z guzami o rozmiarach ponad 2 cm i mocno już zaawansowaną chorobą w trzecim stadium rozwoju, zaproponowano, by najpierw poddały się

chemioterapii z wykorzystaniem cisplatyny, cytostatyku powszechnie stosowanego w leczeniu wielu nowotworów złośliwych. Dopiero potem skierowano je na operację.

„Efekty takiego schematu leczenia są zdumiewające. U 58 kobiet uzyskano całkowite remisje guza, a pozostałych były one przynajmniej częściowe” – zapewnia specjalista. Tylko jedna pacjentka z tej grupy – otrzymująca lek przed operacją – zmarła. U pozostałych 21 kobiet, u których od razu przeprowadzono zabieg i nie był on poprzedzony chemioterapią z zastosowaniem cisplatyny, wyniki leczenia były aż trzykrotnie gorsze.

Według prof. Lubińskiego badania te, których wyniki wkrótce zostaną opublikowane na łamach „Journal of Clinical Oncology”, potwierdzają jak ważną rolę odgrywa profilowanie genetyczne pacjentów przed rozpoczęciem terapii. Może ono zdecydować o wyborze strategii leczenia, a także określić, jakie są rokowania chorego.



FOT. STOCK. XCHNG / FLAVIO TAKEMOTO



Smak pleśni to nasz wewnętrzny sygnał ostrzegawczy

XIII Festiwal Nauki w Krakowie

Pleśnie osadzające się na jedzeniu mogą powodować bóle brzucha, alergie pokarmowe, a w skrajnych przypadkach doprowadzić do śmierci. Specyficzny zapach i smak pleśni jest naszym wewnętrznym sygnałem ostrzegawczym. Podpowiada nam, że w pobliżu znajduje się coś, co może być przyczyną schorzenia.

„Nie wolno panikować. Pleśnie są dookoła nas i nieustannie krążą w powietrzu. Wdychamy je z każdym wykonywanym oddechem. Powinniśmy mieć jednak świadomość, że te pleśnie, które występują na produktach spożywczych są organizmami szkodliwymi” – powiedziała PAP Magdalena Owczarek z Zakładu Mykologii Instytutu Botaniki im. W. Szafera w Krakowie. Pleśnie zjedzone z pożywieniem mogą skutkować bólami

brzucha, ale też doprowadzić do poważnych alergii pokarmowych, utraty przytomności, świadomości, a nawet w skrajnych przypadkach do śmierci.

Dlaczego pleśń tak szybko atakuje warzywa, owoce czy chleb? „Pleśnie uwielbiają warunki, jakie stwarza im żywność, bo mają tam wszystkie potrzebne do życia substancje m. in. białka, cukry. Jeżeli pojedyncza komórka pleśni trafi na takie środowisko, to ma optymalne warunki do rozwoju i kolonizacja zachodzi bardzo szybko” – wyjaśniła rozmówczyni PAP.

Najczęściej wydzielane przez pleśnie substancje szkodliwe to mykotoksyny. Wydzielając szkodliwe substancje bronią się przed konkurencją ze strony innych gatunków lub bakterii i bronią swojego terytorium. „To jest ich naturalna metoda zadbania o to, aby żaden inny gatunek nie przegonił ich z miejsca zamieszkania” – powiedziała Magdalena Owczarek.

„Jednak niektóre z grzybów, które mogą pojawić się w każdej kuchni produkują niesamowicie toksyczne substancje, jak np. aflatoksyny. To one są główną przyczyną silnych zatruc pokarmowych, a nawet zgonów” – dodała.

Głównie wydzielają je grzyby z rodzaju *Aspergillus flavus*, które można znaleźć przede wszystkim na produktach pochodzenia zbożowego, głównie na chlebie. Pleśń wydzielająca tego rodzaju toksyny charakteryzuje się bardzo ciepłą, żółtą barwą.



FOT. STOCK. XCHNG / LEONORA GRCEVA

Jednak nieważne, jaki kolor będzie miała pleśń, bo każdy podpleśniały produkt powinniśmy natychmiast wyrzucić. Jak podkreśliła Owczarek, to, co jest dla nas najbardziej niebezpieczne, to nieświadomość, że pokarm już jest zainfekowany.

„Kiedy widzimy meszek na powierzchni pomidora, to jest już wtedy cały przerośnięty pleśnią co najmniej na głębokość kilku milimetrów. W przypadku miękkich produktów np. jogurtów to może być nawet cała powierzchnia” – zaznaczyła badaczka. Pleśni na wierzchniej warstwie jogu czy dżemu nie wystarczy zeskrobać łyżeczką. Całe opakowanie nie nadaje się już do użytku, bo najprawdopodobniej jest już przerośnięte pleśnią.

Każdemu jednak zdarzyło się pewnie ugryźć spleśniałą kromkę chleba czy kawałek pomidora i poczuć dziwny smak. Skąd bierze się charakterystyczny posmak pleśni? „To wynik przystosowania ewolucyjnego człowie-

ka. Reagujemy na zapach pleśni, bo to nasz wewnętrzny sygnał ostrzegawczy, który mówi nam, że gdzieś w pobliżu znajduje się coś, co może być przyczyną jakiegoś schorzenia, czy zatrucia pokarmowego” – wyjaśniła rozmówczyni PAP.

Przed pleśnią nie ochronimy się całkowicie, jednak – jak tłumaczyła Owczarek – możemy zminimalizować ryzyko wystąpienia jej na jedzeniu. „Pokarmów powinniśmy dotykać tylko czystymi rękami, nie wykladać jedzenia bezpośrednio na stół, bo powietrze jest pełne opadających zarodników grzybów. Jeśli nie przetrzemy sobie wcześniej blatu i od razu położymy na nim chleb, to istnieje bardzo duże prawdopodobieństwo, że odkładając go na miejsce zgarbimy zarodniki ze stołu. Produkty, które przynosimy ze sklepu powinny trafić do lodówki jak najszybciej” – powiedziała Owczarek.

Znacznie gorzej, jeśli w zawilgoconym mieszkaniu

pleśń zagnieździ się na ścianach, pod wykładzinami czy w pomieszczeniach słabo wietrzonych. „Długotrwała ekspozycja na takie grzyby oraz substancje, które wydzielają, może doprowadzić do uczuleń, permanentnego zmęczenia, alergii, a na dłuższą metę może mieć działanie rakotwórcze” – powiedziała Owczarek.

Jednak grzyby i pleśnie nie powinny kojarzyć nam się wyłącznie źle. „Dzięki grzybom rozumiemy jako pleśń, np. penicylinie, uzyskujemy niezbędne dla życia i zdrowia człowieka leki. Właśnie penicylina była pierwszym odkrytym i scharakteryzowanym antybiotykiem” – zaznaczyła.

Zajęcia poświęcone pleśniom spożywczym Magdalena Owczarek prowadziła podczas XIII Festiwalu Nauki w Krakowie.

PAP – NAUKA W POLSCE

ŹRÓDŁO: SERWIS NAUKA W POLSCE – WWW.NAUKAWPOLSCE.PAP.PL

Ekspert: profilowanie genetyczne poprawia skuteczność leczenia raka

→ → →

Przykładem są mężczyźni będący nosicielem genu BRCA2. Mutacja ta u kobiet zwiększa ryzyko raka piersi (podobnie jak BRCA1), natomiast u mężczyzn chorych na raka prostaty pogarsza rokowania.

Badania na ten temat, tym razem przeprowadzone przez bry-

tyjskich specjalistów, publikuje najnowsze wydanie „Journal of Clinical Oncology”.

Prof. Ros Eeles wraz ze swymi współpracownikami z Institute of Cancer Research w London przekonuje, że wykrycie u pacjenta z rakiem prostaty mutacji BRCA2 powinno skłaniać do wcześniejszego podjęcia agresywnego leczenia (operacji

i radioterapii) nawet wtedy, gdy choroba jest jeszcze w początkowym stadium. U tych pacjentów nowotwór może bowiem przebiegać bardziej agresywnie, co zmniejsza szanse przeżycia.

PAP – NAUKA W POLSCE,

ZBIGNIEW WOJTAŚIŃSKI

ŹRÓDŁO: SERWIS NAUKA W POLSCE – WWW.NAUKAWPOLSCE.PAP.PL



FOT. STOCK. XCHNG / GRISZKA NIEWIADOMSKI

Lekarze: panie planujące ciążę i ciężarne muszą zbadać tarczycę

Zaburzenia czynności tarczycy podczas ciąży mogą grozić m. in. poronieniem i problemami zdrowotnymi u matki oraz jej dziecka – przypominają eksperci. Dlatego panie planujące ciążę i ciężarne powinny zażywać odpowiednie dawki jodu, a także sprawdzić czynność tarczycy.

Suplementacja jodem jest też zalecana mamom karmiącym piersią, podkreślali endokrynolodzy i ginekolodzy na wtorkowej konferencji prasowej w Warszawie.

Zainaugurowano na niej obchody Tygodnia Walki z Chorobami Tarczycy, który będzie trwał od 25 do 31 maja. W tym roku temat przewodni tej kampanii brzmi: „Choroby tarczycy a płodność, ciąża i rozwój dziecka”.

Jak podkreślił prof. Andrzej Milewicz z Uniwersytetu Medycznego we Wrocławiu, upośledzona czynność tarczycy – zarówno niedoczynność, jak i nadczynność – negatywnie wpływa na płodność kobiet oraz mężczyzn. Jest to istotny czynnik, który może utrudniać zajście

w ciążę kobiecie i doczekanie się potomstwa przez parę.

Prof. Romuald Dębski, kierownik Kliniki Położnictwa i Ginekologii Szpitala Bielańskiego w Warszawie dodał, że prawidłowa czynność gruczołu tarczowego warunkuje prawidłowy przebieg ciąży, porodu oraz zdrowie i rozwój noworodka.

Wśród konsekwencji nieleczonych zaburzeń czynności tarczycy u ciężarnej ginekolog wymienił niewydolność serca i nadciśnienie tętnicze matki, poronienie, przedwczesny poród oraz wyższą śmiertelność okołoporodową noworodków. Nadczynność tarczycy aż dziewięciokrotnie zwiększa ryzyko zbyt niskiej masy ciała u noworodka, które wiąże się z wyższym ryzykiem zaburzeń metabolicznych, np. cukrzycy, w przyszłości. Nieleczona niedoczynność gruczołu tarczowego grozi opóźnieniem rozwoju wewnątrzmacicznego dziecka – gdy niedoczynność tarczycy jest jawna dotyczy ono co piątego dziecka.

„Dzieci kobiet nieleczonych z powodu niedoczynności tarczycy w ciąży częściej wykazują też opóźnienie rozwoju intelektualnego, mają większe problemy z uczeniem się, mową, czyta-

niem, rozwojem motorycznym. Czterokrotnie częściej mają niski iloraz inteligencji, tj. poniżej 85” – wymieniał specjalista.

Prof. Małgorzata Karbownik-Lewińska z Zakładu Endokrynologii Onkologicznej Uniwersytetu Medycznego w Łodzi podkreśliła, że już nieznaczna niedoczynność tarczycy u mamy niekorzystnie wpływa na rozwój funkcji poznawczych, intelektualnych i motorycznych u dziecka.

„Dlatego każda postać niedoczynności tarczycy w ciąży wymaga bezwzględnie leczenia” – zaznaczyła specjalistka. Podobnie jest w przypadku nadczynności tego gruczołu.

Endokrynolog zwróciła uwagę, że rozpoznanie u ciężarnej nadczynności lub niedoczynności tarczycy na podstawie objawów może być trudne, gdyż w ciąży dochodzi do fizjologicznego podwyższenia metabolizmu.

Eksperti podkreślali, że zgodnie z zalecaniami międzynarodowymi i polskimi w pierwszych tygodniach ciąży, najlepiej tuż po jej potwierdzeniu powinno się oznaczyć poziom dwóch wskaźników: tyreotropiny (TSH) – hormonu przysadki mózgowej, który pobudza syntezę hormonów tarczycy oraz przeciwciał anty-tyreoperoksydazowe (anty-TPO), które świadczą o procesie autoimmunologicznym wobec gruczołu tarczowego.

Wysoki poziom tych przeciwciał stwierdza się w chorobie Hashimoto, która – według prof. Karbownik-Lewińskiej – jest najczęstszą przyczyną niedoczynności tarczycy u ciężarnych oraz w chorobie Gravesa i Basedova, będącej główną przyczyną nadczynności gruczołu tarczowego w ciąży.

„W większości przypadków to wystarczy, ale jeżeli pacjentka jest bardzo obciążona wywiadem rodzinnym, np. chorobami autoimmunologicznymi w rodzinie to rekomendowałabym wykonanie sześciu oznaczeń” – powiedziała PAP endokrynolog. Chodzi o oznaczenie poziomu TSH, wolnej tyroksyny (FT4) i wolnej trójiodotyroniny (FT3) oraz przeciwciał anty-TPO, przeciwciał antytyreoglobulinowych (anty-TG) i przeciwciał receptorowi TSH (anty-TSHR).

„Wyników tych badań nie może interpretować sa-

ma pacjentka, posługując się wartościami referencyjnymi” – podkreśliła prof. Karbownik-Lewińska. Są one bowiem inne niż dla osób z populacji ogólnej. Najlepiej, by interpretował je lekarz endokrynolog, ewentualnie lekarz podstawowej opieki zdrowotnej, zaznaczyła specjalistka.

Według niej takie same badania – tj. badania poziomu TSH i anty-TPO – zaleca się też kobietom planującym ciążę (u kobiet obciążonych ryzykiem rodzinnym powinien to być panel sześciu badań).

Pacjentki z chorobą tarczycy planującą ciążę powinny być pod opieką endokrynologa.

„Wychwycenie podwyższonego stężenia TSH na początku ciąży daje szansę na skuteczne leczenie i lepszy rozwój dziecka” – powiedział prof. Dębski. Dodał, że badanie to nie jest refundowane przez Narodowy Fundusz Zdrowia, dlatego kobiety muszą je finansować same.

Eksperti zwrócili też uwagę, że – zgodnie z rekomendacjami międzynarodowymi i polskimi – kobiety planujące ciążę, ciężarne i karmiące piersią powinny codziennie przyjmować 150 mikrogramów jodu na dobę w postaci tabletek. Jod jest pierwiastkiem niezbędnym do syntezy hormonów tarczycy, a w tych okresach życia zapotrzebowanie na niego jest większe.

„Zalecenia te dotyczą również kobiet z niedoczynnością oraz z nadczynnością tarczycy, pod warunkiem, że jest ona wyrównana” – powiedział prof. Dębski. Przypomniał, że preparat z jodem musi być wypisany na receptę.

Prof. Andrzej Lewiński, prezes Polskiego Towarzystwa Tyreologicznego podkreślił, że obowiązuje to kobiety w całej Polsce, niezależnie od tego czy mieszkają na południu kraju, czy na północy, nad morzem.

Obchody Tygodnia Walki z Chorobami Tarczycy są organizowane przez Polskie Towarzystwo Endokrynologiczne oraz Polskie Towarzystwo Tyreologiczne.

PAP – NAUKA W POLSCE
ŹRÓDŁO: SERWIS NAUKA
W POLSCE – WWW.NAUKAWPOLSCE.PAP.PL



FOT. STOCK. XCHNG / RICK HAWKINS



FOT. STOCK. XCHNG / MELBIA



FOT. STOCK. XCHNG / ROBERTA LOTT

Galeria zdjęć czytelników

Dzisiaj prezentujemy zdjęcia z wakacji nadesłane przez naszego Czytelnika – Pana Piotra z Opola



fot. Pan Piotr z Opola

Czekamy na Wasze fotki
pod adresem
fotka@goniecpolski.nl

TWORZYMYSZ WASZĄ GALERIĘ ZDJĘĆ !!!



email: **Fotka@GoniecPolski.nl**

Wyślij ciekawą fotkę z imprezy, pracy, wakacji, a my zamieścimy ją na naszej stronie.

Najciekawsze fotki opublikujemy dodatkowo na łamach gazety i na facebooku.

Kącik poetycki

Prezentujemy dziś wiersze autorstwa Rafała Grzywnowicza. Autor urodził się w Bartoszycach. Rocznik „77. Ukończył wydział Historii na Uniwersytecie Warmińsko-Mazurskim w Olsztynie. Jest już po debiucie – we wrześniu 2011 roku wydał swój pierwszy tomik poezji pt. „Rozdarci”. Znajduje się w nim zbiór wierszy miłosnych, poezji o Bogu, poezja o przyjaźni, o życiu i śmierci. Każdy odnajdzie coś dla siebie. Jest również dziennikarzem obywatelskim, ponieważ słowo pisane to jego pasja. Szkoli się, doskonali swój warsztat. Pracuje nad nowymi wierszami.

Tworzysz, piszesz poezję? Wyślij nam swoją twórczość na redakcja@goniecpolski.nl, a my opublikujemy ją na łamach gazety. Czekamy na Wasze prace!

Rozdarci

Pomiędzy nami przepaść
młodzi i rozdarci w pół
biegniemy przed siebie.

Rozrywamy swoje dusze
wyrzucając z siebie ból
zagnieżdżony głęboko w nas.
My tylko chcemy być
tak jak Adam i Ewa-razem
lecz ktoś to szczęście nam da?

Dajcie ludzi nam żyć
cieszyć się ciałem i duszą
Pozwólcie nam tylko być!

Czy jednak wystarczy nam sił
By wygrać tę bitwę o miłość
Nam rozdartym przez życia los?

Szukanie znajdywanie

Szukam miłości
znajduję przyjaźń

Szukam rozkoszy
znajduję wiarę

Szukam ciebie
znajduję siebie

GoniecPolski.nl

Dwutygodnik dla Polaków
w Holandii

Redaktor naczelny: D. Gancarz

Redaguje zespół

Kontakt z redakcją:
redakcja@goniecpolski.nl

Biuro reklamy:
reklama@goniecpolski.nl

Redakcja nie odpowiada
za treść reklam i ogłoszeń

Wydawca/Uitgever:
GoniecPolski.nl
Den Haag
Nederland

DOWCIPY DOWCIPY DOWCIPY DOWCIPY DOWCIPY

● **Małżeństwo wybrało się na wczasy. Po drodze zatrzymali się na noc w hotelu.**

Rano poprosili o rachunek za dobę hotelową. Ku ich zdziwieniu zobaczyli, że rachunek opiewa na zawrotną sumę 3000 zł.

– Dlaczego tak dużo? Przecież spędziliśmy tu tylko kilka godzin! – pyta mąż.

– To jest standardowa stawka za nocleg – odpowiada recepcjonista.

Małżeństwo zażądało spotkania z dyrektorem, który spokojnie wysłuchał zażaleń i stwierdził:

– Proszę państwa, prowadzimy luksusowy hotel, jest on wyposażony w kilka basenów, wielką salę konferencyjną, saunę i solarium. Wszystko to było do państwa dyspozycji.

– Ale my z tego nie skorzystaliśmy!

– Ale mogli państwo! I za to trzeba zapłacić.

Mężczyzna wyciąga wreszcie z portfela 300 złotych i wręcza dyrektorowi.

– Przepraszam, ale tu jest tylko 300 zł.

– Zgadza się.

– Obciążyłem państwa rachunkiem opiewającym na 3000 zł.

– Pozostałe 2700 zł to rachunek dla pana za prześpienie się z moją żoną – mówi mężczyzna.

– Ale ja nie spałem z pana żoną! – krzyczy dyrektor.

– Cóż, była do pana dyspozycji.

● **Dziennikarz pyta parę małżeńską obchodzącą złote gody:**

– Jak państwu minął ten czas?

– Jak 5 minut – odpowiada żona.

– ... pod wodą bez akwalungu – dodaje mąż.

● **– Twój mąż pamięta datę waszego ślubu?**

– Na szczęście nie.

– Na szczęście?!

– Wspominam mu o rocznicy kilka razy do roku i zawsze dostanę coś fajnego!

● **Rozmawiają dwaj starsi panowie. Jeden mówi do drugiego:**

– Zbliża się wasza rocznica ślubu nieprawdaż?

– Tak – odpowiada drugi – i to spora, bo 20.

– Wow i co zamierzasz zrobić z tej okazji dla swojej żony?

– Zabiorę ją na wycieczkę do Australii.

– Nieźle, a co zrobisz dla żony z okazji 25 rocznicy ślubu?

– Pojadę i przywiozę ją z powrotem.

Bonaventurastraat 118C
3081 HJ Rotterdam

ZAPRASZAMY !!!

Strevelsweg 110 A
3075 AN Rotterdam

POLSKI SKLEP ZEKO 2

OPEN
OTWIERTE 7 DNI W TYGODNIU
7 DAGEN PER WEEK OPEN

Polski Sklep Zeko Jasarov

W polskim **najtańszym** sklepie:

- Jedzenie
- Piwo
- Wędliny
- Medycyna
- Magazyny

Można zamówić
każdy polski produkt!



SALON FRYZJERSKI

ZAPRASZAMY
OD PON - SOB - 11.00-19.00

POLECAMY!

Strzyżenie damskie - 10.50 €
Strzyżenie męskie - 7.50 €
Farbowanie od - 30.00 €
Balejaż od - 40.00 €



ZAPRASZAMY !!!





ZWROT PODATKU Z ZAGRANICY

HOLANDIA, NIEMCY, ANGLIA, BELGIA, AUSTRIA, IRLANDIA, NORWEGIA, DANIA

mgr Anna Kłosowska

ROZLICZENIE PODATKU, oraz KOREKTY do 5 lat wstecz
 ZASIŁKI RODZINNE z Holandii i innych krajów UE
 NALEŻNE CI DODATKI: Zorgtoeslag, Kindgeboden Budget, Kinderopvangtoeslag, Huurtoeslag
 SOFI NUMER - dla partnera fiskalnego
 ZASIŁEK DLA BEZROBOTNYCH z Holandii oraz transfer zasiłku do Polski
 POLISY UBEZPIECZENIOWE - potrzebne, aby otrzymać ZORGTOESLAG
 LATA SKŁADKOWE - DRUKI E 301, PITY 36
 NA TERENIE HOLANDII - pomoc w różnych sprawach: pojedziemy z Tobą do urzędu lub banku.

NA TERENIE HOLANDII I BELGII DOJAZD DO KLIENTA

0031.202.170.640 ; 0031.617.650.776 ; 0031.623.338.603 ; 0031.622.214.013

lub zadzwoń na numer do Polski 0048. 22. 247.81.42

lub zamów przez stronę internetową www.rozliczsie.pl

(po kliknięciu symbolu samochodu po prawej stronie wyświetli się formularz)



OBSŁUGA KORESPONDENCYJNA - zamów dokumenty do domu przez:
 INFOLINIĘ: 801.000.285 ; 0048. 22. 247.81.42 ; 0031.202.170.640,
 przez SMS: 048.501.309.004 podając imię, nazwisko i adres
 przez stronę www.rozliczsie.pl - zakładka "ZAMÓW DOKUMENTY"



BIURA W HOLANDII:

2512 BS DEN HAAG
 Gedempte Burgwal 45 / I piętro
 tel: 0031.617.650.776
 tel: 0031.619.842.805
 fax: 0048.32.729.70.54
 e-mail: haga@klosowska.com

5038 BA TILBURG
 Willem II Straat 17
 tel: 0031 623 33 86 03
 fax: 0048.32.729.70.54
 e-mail: tilburg@klosowska.com

6811 KS ARNHEM
 Nieuwe Stationsstraat 20,
 14 piętro pok. 1402
 (zielony, wysoki budynek na dworcu autobusowym i kolejowym)
 tel: 0031 622 214 013
 fax: 0048.32.729.70.54
 e-mail: arnhem@klosowska.com
ZAPRASZAMY w sobotę: 10 - 18

ZAPRASZAMY: czwartek - piątek 15 -20 oraz w sobotę: 12 - 18

BIURA W POLSCE:

45-004 OPOLE, ul. Konopnickiej 4/1B
 tel.: 0048 77 453 16 45 - **dział podatków**
 0048 77 453 94 56 - **zasiłki rodzinne**
 0048 77 453 01 09 - **dodatki do ubezpieczenia**
 tel. kom.: 0048 501 309 004 fax: 0048 22 486 90 26
 e-mail: kancelariaopole@op.pl

77-400 Złotów
 (budynek CEZER)
 al. Piasta 11 A
 tel/fax: 0048 67 263 21 67
 kom.: 0048 502 036 651
 e-mail: zlotow@klosowska.com

44-100 Gliwice
 (budynek Proximus)
 ul. Zwycięstwa 14 pok. 48 II piętro
 tel/fax: 0048 32 230 13 38
 kom.: 0048 501 336 074
 e-mail: gliwice@klosowska.com

35-030 Rzeszów
 (Galeria Paniaga)
 ul. 3-ego Maja 13, IIp.
 tel: 0048 17 74 21 348
 kom.: 0048 508 598 330
 fax: 0048 22 486 90 78
 e-mail: rzeszow@klosowska.com

47-400 Racibórz
 (budynek Getin Banku)
 ul. Batorego 10, I piętro
 tel.: 0048 32 415 21 71
 kom.: 0048 501 336 029
 fax 0048 32 729 70 54
 e-mail: raciborz@kancelariaopole.pl

64-100 Leszno
 ul. Słowiańska 55
 Budynek A, pokój 5
 tel.: 0048 65 520 16 87
 kom.: 0048 518 671 820
 fax: 0048 61 648 21 02
 e-mail: leszno@klosowska.com

50-113 Wrocław
 (Galeria na Czystej)
 ul. Czysta 2-4
 tel.: 0048 71 726 27 33
 kom.: 0048 508 943 773
 fax.: 0048 71 723 12 21
 e-mail: wroclaw@klosowska.com

INFOLINIA: 0031.202.170.640 ; 0048. 22. 247.81.42 ; 801.000.285

jest do Państwa dyspozycji **7 dni w tygodniu w godzinach od 8 do 20**
masz pytania, chcesz zamówić dokumenty lub zaprosić konsultanta do domu DZWOŃ!
 lub napisz maila: kontakt@rozliczsie.pl

www.rozliczsie.pl